



Sobremesas

Doces de Colher

## Copinhos de iogurte de Coco com Ananás e Leite Condensado

🕒 5 min.

🔧 Fácil

💰 Económico

🍽️ 6 doses

### Ingredientes

80 g Leite Condensado Tradicional NESTLÉ  
2 Iogurtes com Aroma a Coco LONGA VIDA  
150 g de ananás  
30 g de coco ralado

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	125,4 kcal	6%*
<b>Proteínas</b>	3,2 g	6%*
<b>Lípidos</b>	4,4 g	6%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	17,6 g	7%*

\*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

### Preparação

- 1 Mistura o coco ralado com os iogurtes
- 2 Tritura o ananás com o Leite Condensado Tradicional NESTLÉ
- 3 Deita nos copos uma camada do creme de Leite Condensado Tradicional NESTLÉ com ananás e por cima uma camada de iogurte com coco ralado.
- 4 Reserva no frigorífico.
- 5 Caso desejes decorar os teus copos, corta rodela de Ananás muito finas e leva-as ao forno a 120°C durante 1 hora, virando-as a cada 15 minutos. Decora os copos no momento de servir.